



Esbjörn Andrén övervakar starten från släpkärran.

Läs i detta nummer:

- Om ungdomens Jukola
- O-ringens
- Ungdomens 10-mila
- Intervjun: Kvarnsvedens stolta supporterklubb

Innehåll i detta nummer:

Styrelsens sida sid. 3

Ungdomens 10-mila sid. 4-6

O-ringen sid. 7-10

Ungdomens Jukola sid. 11-13

Intervjun: Kvarnsvedens stolta
supportrar sid. 14-15

Baksidan sid. 16

Startfållan

Så var det dags igen, hösten är här. Mycket har hänt i orienteringsvärlden sedan senaste numret av Höjdpunkten: O-ringen, Ungdomens 10-mila och Ungdomens Jukola för att nämna något.

Vi bjuder naturligtvis på mycket bilder och texter från O-ringen som vi i klubben var med och arrangerade. Vi som var där hade en strålande vecka och dessutom gick det riktigt bra för en hel del löpare från klubben (Johan Goth inräknad...). Det som var annorlunda med detta O-ringen var att samtliga löpare erbjöds stugboende, vi Kvarnsvedare höll till vid foten av Hundfjället där etapp tre och fyra gick.

Den 23-24 augusti gav sig ett gäng ungdomar av till Finland för att försvara klubbens färger i den stora tävlingen Jukola. Laget gjorde en bra insats och hamnade på en 78:e plats. Läs Erik Malmbergs reflektioner på sidan 11.

I detta nummers större intervju träffar vi Maj-Lis och Karl-Erik Knutsson på Tuna Ting, där berättar de om sin stora kärlek till orientering och om hur det kom sig att det blev just denna sport. Dessutom får vi historien bakom mossfotbollen som på något mystiskt vis alltid slutar oavgjord och där offsideregeln tillämpas vid en del korrekta mål...

Den här tidningen bygger på material som vem som helst i klubben kan lämna in, och just därför har vi i redaktionen planer på att återuppta ett gammalt inslag. "Min värsta bom" var ett stående inslag i en del av de tidigare årgångarna och om det finns orienterare som vill dela med sig av sina misstag kommer dessa återfinnas i en särskild spalt framöver.

Trevlig läsning!

Adam Rindeskär

Styrelsens sida

Stort tack till alla som var med och gjorde O-Ringen 2008 till ett av historiens bästa och häftigaste O-Ringen arrangemang. Starterna som vi hade hand om var 2 av de största starterna där vi skickade iväg ca 9000 löpare per dag. För att detta skulle fungera smidigt så krävdes det ett bra förarbete och planering vilket våra startchefer Anders, Nisse, Margareta och Kerstin hade genomfört med bravur. Vi som skulle hjälpa till hade allt serverat på silverfat. Starterna fungerade efter ett tag som självspelande pianon, alla visste vad de skulle göra och gjorde det på bästa sätt. Ännu en gång stort tack till alla. I samband med KM kommer vi att ha en lite festligare inramning mer info om datum mm kommer senare.

Höstsäsongen är i fullgång och därmed DM i olika kategorier. Glöm inte att anmäl intresse till Nisse Boremyr (juniorer och uppåt) och ungdomsgruppen när det gäller DM i stafett och 25-manna stafetten. Noterbart är att det är lite färre tävlingar under hösten än normalt vilket kan bero på O-Ringen. Hoppas att ni tar tillfället i akt och tävlar mycket, man kan tävla sig i form (har jag hört).

Vi har haft många ungdomar uttagna till att representera Dalarna i distriktsmatchen. Där gjorde de mycket fina insatser. Dessutom har vi haft ett ungdomslag med på U-Jukola stafetten med en placering 78 av ca 160 lag, bra gjort!

Coopertest kommer att genomföras under september och vi kommer att köra igång med söndagsträningar i oktober efter Daladubbeln.

Kom ihåg att meddela Barbro eller Kerstin om ni behöver byta storlek inför beställningen av nya tävlingsdräkten. När vi har fått den nya tävlingsdräkten med de rätta färgerna så har vi beslutat att man bara får använda den gamla tävlingsdräkten till träning.

Och till sist vill jag bara påminna om en sak. ”Passa kartan” Styrelsen genom Pär Lundmark, 080827

Ungdomens tiomila

I år så hade vi delar i två lag på ungdomens tiomila. Vi fick hjälpa till att förstärka Stora Tunas andra lag i både H18 och D18. Stora Tuna hade dessutom 2 egna lag i HD12, så vi åkte en hel stor buss från Pylonen i Borlänge. Jätteskönt att åka buss, särskilt på hemresan. Sådär gick det för de lag där Kvarnsveds ungdomarna var med.

H18

D18

Sträcka		Plac.	Sträcka		Plac.
1	Erik Malmberg	25	1	Ida Östberg	63
2	Marcus Wallin	59	2	Linnea Ekskog	56
3	David Stigsmark	63	3	Elin Brännström Maria Åkerblom Linnea Malmberg	52
4	Jonas Ekskog	57	4	Ingrid Stigsmark	57
5	Kalle Pettersson	62	5	Hanna Nilsson-Lindgren	63
6	Filip Bergström Rickard Lindkvist Fredrik Wallin	59			
7	Adam Östberg	56			
8	Anton Gustavsson	53			
9	Olle Löfstedt	60			
10	Martin Bergström	61			

Lagledare från Kvarnsveden var Sivan och Marie. Marie hade hand om killarna och Sivan hade hand om tjejerna. Eftersom vi lagledare inte hade någon kamera med oss så har jag letat fram lite gamla bilder.

H18-klassen

H18 klassen startade 2.30 på morgonen, så jag väckte Erik 0.45. Det var inte mycket vi hann sova. På ungdomens tiomila har man en hare som springer före alla löparna i klassen.



Haren såg ut så här.



Erik på Leksands triss.

Haren hade klart kämpigast att hålla undan vid starten för H18-killarna. Erik var bland de yngsta på första sträckan. Han kämpade på bra och vid varvningen låg han 5:a. Det var efter

det som han kom på att 18-åringarna inte sprang så fort, så när han låg 4:a vid förvarningen testade han att springa ifrån de övriga. Det blev dock en liten bom och 21 lag smet förbi, bland annat Stora Tunas första lag.

De bästa lagen har ingen person som är yngre än 15 år i sitt lag, men på tredje sträckan som fortfarande var nattorientering, slängde vi in David som är 13. David var lika duktig på nattorientering som på skidorientering, så han var nöjd med sin sträcka.



David på skido.



Jonas på DOF-läger



Kalle på Ungdomens Jukola

Eftersom Jonas hade stukat tån, så fick han springa 4:e sträckan som var ganska kort. Det gick bra. Inte konstigt att Jonas stukar tån när han springer omkring i skogen utan skor.

Kalle sprang 5:e sträckan. I början gick det jättebra, men sedan blev han trött. Det är tufft att springa 7,7 km tidigt på morgonen. Han var ändå nöjd med sin sträcka.

På sjättesträckan fick tre personer springa ut samtidigt. Där sprang Filip, Rickard och en tunakille. Det var mycket folk i skogen, så det var bara att springa i stråket sade Rickard. Killarna tyckte att det hade gått bra. Tyvärr har jag ingen bild på Rickard.



Filip på träning



Martin på DOF-kavlen

Efter några sträckor med tunalöpare, så sprang Martin sista sträckan. Han fick gå ut på omstart och gjorde ett bra lopp.

D18 klassen

I D18klassen sprang våra tjejer de tre mittersta sträckorna.



Tjejerna som sprang är i mitten på bilden också. Det var Linnea, Elin och Ingrid.

Linnea sprang andra sträckan. Efter lite strul i början så gick det jättebra. Hon kände sig stark och sprang om många lag på slutet.

Elin sprang tredje sträckan tillsammans med två tunatjejer. Det gick bra. Elin var helnöjd med sitt lopp.

På fjärde sträckan så skickade vi ut Ingrid. Hon gick också väldigt bra och var nöjd.

Nöjda deltagare

Stora Tunas första lag vann H18-klassen och var förstås jättegla, men jag tror att personerna i andralagen var lika glada. Det är roligt att vara lagledare när alla kommer i mål och är jättenöjda.

Marie

5-dagars i Sälen 2008



Ett annorlunda O-ringen, på många sätt...

Årets O-ringen drog ungefär 25000 löpare till den vackra Sälenfjällen. De två första etapperna gick i Berga by, etapp tre gick vid foten av Hundfjället och den sista etappen i Lindvallen. Etapp 4 bjöd på fjällorientering på Hundfjället och alla orienterare fick åka skidlift upp till toppen.

På tisdagen gick världscupssprinten vid högfjällshotellet och världseliten sprang även de återstående tre etapperna.

Funktionärer under O-ringen

Vi i Kvarnsveden hade startade dagligen cirka 9000 löpare på våra två starter. Arbetet flöt mycket bra under veckan och alla kände sig nöjda med sin insats. Klockan sex på morgonen var man ute i skogen och förberedde starterna. Sedan, när man var klar med alla förberedelser och väntade på de första löparna åkte kaffetermosarna fram.



Karro Goth och Barbro Stigsmark hjälper till med avprickning. En paus på fjälltoppen utanför klubbältet. Morgonfika i solskenet. Karin Malmberg var samband på en av starterna.



Startcheferna Anders Malmberg och Margareta Swartling verkade överlag glada och nöjda.

Remförsäljning på Centralorten

Ungdomarna drog sitt strå till stacken genom att hjälpa till med försäljning av godisremmar på både Centralorten och på TC.



Erik Malmberg och Jonas Ekskog var med och sålde remmar på C-orten

Etapp 4 på Hundfjället

Denna etapp var den mest speciella och även den vackraste. Solen sken hela dagen på fjället och enligt uppgift så var den tidiga morgonen "helt gudomlig". Alla löpare fick åka skidlift upp och springa ner.



Lite annat smått och gott...



Våra nya klubbflaggor var placerade vid starterna.



Pär Lundmark höll koll på kvarnsvedslöparna.



U-Jukola

Efter att ha varit på U-Jukola måste jag säga att Finland är ett väldans coolt land och att finnarna springer fort. I alla fall var både tävlingen och resan väldigt kul.

Vi åkte med tåg från Borlänge vid lunchtid i Fredags och tågresan var väldigt trevlig. Till stor del på grund av att Kalle P(höhö det namnet är väldigt kul, viket jag snart kommer till) var otroligt välförsedd med mat. Han hade med sig en pastasallad, med baguette och dressing till, tre burkar med färsk ananas, fem risifrutti och en och en halv liter trocadero. Det kan jämföras med att jag hade med mig en låda med bara makaroner.

Efter ungefär två timmar kom vi i alla fall fram till Stockholm. Där hade vi några timmar på oss att fördriva tiden och vi köpte bland annat glass på gamla stan och besökte Butterix. Det var en kul affär med roliga grejer.



(Satan vad ful jag är på den där bilden)

Vi såg också en rolig skylt om teknikmagasinet.



Teknikmagasinet ligger verkligen tätt i Stockholm.
Däremot finns det inte så många stolar.



Därefter följde vi några skyltar mot Finland och lyckades orientera oss fram till båten. Det var väldans fint och vi åt en middag värdig en kung. Sen lyckades Simon bli rik på att spela på spelmaskiner. Efter det somnade vi i alla fall och sov gott. Sen vaknade vi och kunde blicka ut över den vackra finska skärgården samtidigt som vi åt en frukost värdig en kung.

Sen var det bussfärd från Åbo till Esbo där tävlingen skulle gå. Bussen körde som en tok och vi avverkade vägen till Esbo på en och en halv timme. Jag sprang första sträckan och det var väldans

tätt med stigar, berghällar, löpare och kontroller. Det ledde dessvärre till att jag kom till fel gaffling och småbommade ettan, tvåan, trean och fyran. Jag kom i alla fall in på en nionde plats. I resultatet står det att jag var tia men jag var i själva verket nia för jag stämplade vid den bortersta målenheten så jag fick ca två sekunder längre tid jämfört med den som stämplade i den närmsta.

Resten av laget skötte sig i alla fall utmärkt och vi hamnade totalt på en fin 78:de plats.

Sen lyckades jag köpa korv mycket tack vara den fina finska ordlista jag hade med mig.

Kakka huososa = Skit i byxan

Turpakiini paska-pää = Håll käften dumskalle

Hikinen hirvi = Svettig älg

Herneaivo = Ärt-hjärna

Hyvää päivää = Goddag!

Isä maksaa = Pappa betalar

haista paskaa = lukta på skit

Suksi suolle! - Skida ut på mossen! (Motsvarar svenska Dra åt skogen!)

Hyppää järveen! - Hoppa i sjön!

Vitun hurrit, painukaa takaisin Ruotsiin! - Jävla svennar, åk tillbaka till Sverige!

Vitun fennot, painukaa takaisin Volgan mutkan taakse! - Jävla finnpajsare, flytta tillbaka bakom Volgakröken!

Perkele, Suomessa puhutaan suomea! - Perkele, i Finland talar man finska!

Kuulehan kaveri, sovitaanko että minä puhun mitä tahdon ja sinä puhut mitä osaat. - Hördu kompis, ska vi komma överens om att jag talar vad jag vill, och du talar vad du kan.

Hyvää huomenta, minulla on nälkä. Minä haluan aamiaista = Godmorgon, jag är hungrig, jag vill ha frukost.

Puhun vain vähän suomea = Jag talar bara lite finska.

Kuka helvetissä heittää mustikoita = Vem i helvete kastar blåbär?

saatana kala-pää = jävla fiskhuve

Hyvää houmenta ! = God morgon !

En ymmere suomi = Jag talar inte finska.

ole hyvää = varsågod

Nu förstår ni det roliga med namnet Kalle P. Det låter väldigt likt Kala-pää som betyder fiskhuve. Hähä.

På båten hem sket vi i alla fall i att äta varmrätt och åt istället lite förrätt och jättemycket efterrätt. Sen var man mätt.

Somnade gott gjorde vi alla fall, dock lite sent ca: 05:00 och uppstigningen var 06:00. Resten av resan kan beskrivas som:

ZZZ ZZZ ZZZ ZZZ ZZZ ZZZ ZZZZ ZZZ ZZZZZ ZZZZZZ

Det var i alla fall en väldans kul resa och ledarna Erik Stigsmark och Tomas Fors var väldans duktiga även om de oftast kom för sent.

//Erik Malmberg



Kvarnsvedens stolta supportrar

Alla vet vilka de är. Maj-Lis och Karl-Erik Knutsson har varit med länge och känner de flesta som är eller har varit med i klubben och orienterat. Orientering har länge varit det största fritidsintresset för paret som fortfarande springer en del tävlingar.

Deras stora intresse för orientering började redan när deras dotter Marie började springa i 10-års åldern. Hon hade fått intresse för sporten genom att Maj-Lis som 15-åring orienterat i OK Måsen, Oxelösund.

– Vi skjutsade Marie till olika träningar och tävlingar och vi blev fast i sporten, berättar Maj-Lis. Man kan helt enkelt inte sluta!

På frågan varför orientering är så roligt svarar paret:

-Alla kan vara med, från miniknatare till 90-åringar och alla tävlar efter sin egen förmåga.

Veteran- OL

Trots att Maj-Lis och Karl-Erik är 75 respektive 81 år så orienterar de fortfarande. På tisdagsförmiddagar anordnas det på olika platser i Dalarna små tävlingar för pensionärer, eller veteraner om man så vill. Det finns fyra banor att välja bland och klubbarna turas om att arrangera.

Kvarnsveden har två tävlingar på ett år och de brukar gå i Mellsta.

Karl-Erik berättar att han en gång vann en sådan tävling mot 7-8 stycken andra i samma klass. Dessutom har Maj-Lis vunnit DM-kavlar i lag med Sonja Brodin och Inga-Britt Olsson.

- Det var fem stycken vi vann tror jag, och det var väldigt roligt, säger Maj-Lis.

Att det blev just Kvarnsvedens OK berodde på att de bodde i närheten och under en period då de bodde i Ludvika var de förstås engagerade i Ludvika OK.



Engagerade i ungdomar

Båda barnbarnen, Erik och Karin Malmberg orienterar, vilket de tycker är väldigt roligt och de åker på både träningar och tävlingar för att heja på klubbens ungdomar. En gång i tiden var de själva ungdomsledare.

-Det var en mycket rolig tid, vi hade till exempel Jan-Eric Goth och bröderna Lindkvist som nu vuxit upp och har egna barn, berättar paret. Man känner sig som mormor och morfar för hela klubben!

Den roligaste tävlingen på året tycker de är 25-manna.

-Det är en breddkavle som går i Stockholmstrakterna, det krävs att det är stor åldersvariation, en del sträckor springer eliten, några är ungdomssträckor och så är det sträckor för seniorer, säger Maj-Lis.

-Annars är Dala-dubbeln en rolig tävling med många olika utklädningar, säger Karl Erik.

Paret hade dessutom hand om denna tidning under en period på tio år
- Vi tyckte det var förskräckligt roligt, men det var mycket jobb, vi satt och klippte ut bilder ur tidningar, minns Maj-Lis.

Domare i mossfotbollen

För framför allt ungdomar är Karl-Erik förknippad som domare i mossfotbollen som går av stapeln i Juni på en mosse i Mellsta.

-Vi har spelat mossfotboll i fem till sex år. Det är väldigt roligt, tycker Karl-Erik. På senare år har vi infört en deltagaravgift på 50 kronor för vuxna. Och vill man inte spela kostar det 50 kronor i straffavgift.

Matcherna slutar konstigt nog alltid oavgjort även om ställningen är 6-3 i slutsekunderna, och de beror troligen på att domaren är partisk åt båda lagen och har lite svårt att hålla fötterna från bollen om den kommer i närheten.

Förra året tog dock Patrik Brännström över uppgiften som huvuddomare och Karl-Eriks nya roll är att träna domaren.

På frågan om det roligaste orienteringsminnet funderar man ett tag, men kommer på en stor bom som Karl-Erik gjorde i Nyhammar för länge sedan.

– Det var mellan starten och första kontrollen, jag letade länge och fick se folk springa längs en stig, berättar Karl-Erik. Det måste vara rätt, tänkte jag och hängde på. Det visade sig att dessa människor var på väg till starten...

Av: Adam Rindeskär

Foto: Lars Rindeskär





BAKSIDAN

REDAKTION

Redaktionen består av Adam och Lars

Rindeskär.

Vi tar tacksamt emot bidrag till tidningen.

Skicka ditt material till

adam.rindeskar@gmail.com

Tfn. 0243-229739, 070-7465143

MANUSSTOPP

Nästa manusstopp är den 27 November.

Nästa nummer av Höjdpunkten utkommer omkring den 1:a December.

FAKTARUTA

Kvarnsvedens GoIF OK:s ordförande heter Peter Bergström tel. 0243-22 36 55.

Mer information om klubben hittar du på hemsidan och i klubbfoldern som ges ut varje år.

Kontakta Peter om Du inte har fått den.

Adressen till hemsidan är www.kgoifok.se.

NÄSTA NUMMER

Det kan du själv vara med att påverka, skicka in ditt bidrag. Det kan kanske vara rolig bild från någon av årets tävlingar/träningar/läger eller en hel berättelse om någon klubbaktivitet eller kanske bara några få ord om någon rolig episod som inträffat under säsongen.

Din aktiva medverkan är av största vikt för att få en trevlig tidning. Säkert har du också fina bilder som vi med glädje sprider.



